※令和４年度以降入学生用

学校番号	106

令和８年度　保健体育科

教科	保健体育	科目	体育	単位数	３単位	年次	１年次
使用教科書	新高等保健体育　（大修館書店）						
副教材等	アクティブスポーツ 2024（総合版）　（大修館書店）						

1　担当者からのメッセージ（学習方法等）

・各種目の中で、自己の能力に応じて基礎・基本的な運動技能・体力や筋力 UP を目指そう。
・自他の運動を観察し、興味・関心を高め、運動の楽しさ、喜び、達成感を味わおう。
・体育の授業を通して、生涯にわたって豊かなスポーツライフが送れる能力を身につけよう。

2　学習の到達目標

合理的、計画的な課題解決に向けた学習過程を通して、運動に関する見方・考え方を働かせ、生涯にわたって豊かなスポーツライフを継続するとともに、自己の状況に応じて体力の向上を図るための資質・能力を次のとおり育成することを目指す。

1. 運動の合理的、計画的な実践を通して、運動の楽しさや喜びを深く味わい、生涯にわたって運動を豊かに継続することができるようにするため、運動の多様性や体力の必要性について理解するとともに、それらの技能を身に付けるようにする。
2. 生涯にわたって運動を豊かに継続するための課題を発見し、合理的，計画的な解決に向けて思考し判断するとともに、自己や仲間の考えたことを他者に伝える力を養う。
3. 運動における競争や協働の経験を通して、公正に取り組む、互いに協力する、自己の責任を果たす、参画する、一人一人の違いを大切にしようとするなどの意欲を育てるとともに、健康・安全を確保して、生涯にわたって継続して運動に親しむ態度を養う。

3　評価の観点及びその趣旨

観点	a:知識・技能	b:思考・判断・表現	c:主体的に学習に取り組む態度
観点の趣旨	・運動の合理的､計画的な実践に関する具体的な事項や、生涯にわたって運動を豊かに継続するための方法を理解している。 ・運動に応じた技能を身につけている。	・自己や仲間の課題を発見し、合理的、計画的な解決に向けて、課題に応じた運動の取り組み方や目的に応じた運動の組み合わせ方を工夫している。 ・自己や他者が考えたことを他者に伝えている。	・運動の楽しさや喜びを深く味わうことができるよう、互いに助け合い、教え合い、協力している。 ・一人ひとりの違いを大切にしている。 ・健康・安全に留意し、積極的に授業に参加している。

上に示す観点に基づいて、学習のまとまりごとに評価し、学年末に５段階の評定にまとめます。学習内容に応じて、それぞれの観点を適切に配分し、評価します。

※令和４年度以降入学生用

４　学習の活動

学期	単元名	学習内容	単元(題材)の評価規準	評価方法		
				知(a)	思(b)	主(c)
1学期	球技 ネット型(女子) 陸上競技 (男子・女子) 器械運動(男子) 武道(男子) 水泳 (女子) ダンス(女子) 体つくり運動	 ソフトバレーボール 陸上競技 短距離走・ハードル 幅跳び マット運動 柔道 水泳 クロール ダンス ストレッチ・補強運動	a: 各種目の動きについて理解し、必要な能力が身についているか。 b: 課題を発見し、解決に向けて運動の仕方を工夫しているか。 c: :各運動に積極的に取り組んでいるか。	技能観察 レポート	授業態度の観察 ノート レポート	授業態度の観察 ノート レポート
	体育理論	スポーツの始まりと変遷	a:スポーツの始まりと変遷について理解しているか。 b:スポーツがどのように文化として広がり発展したかについて考えているか。 c:スポーツについて考え、調べ、発表することに積極的に取り組んでいるか。	 ノート レポート	授業態度の観察 ノート レポート	授業態度の観察 ノート レポート
2学期	水泳 (男子) 球技 ネット型(男子) ゴール型(女子) 器械運動(女子) 武道(男子) ダンス(女子) 体つくり運動	水泳 クロール バレーボール サッカー マット運動 柔道 ダンス ストレッチ・補強運動	a: 各種目の動きについて理解し、必要な能力が身についているか。 b: 課題を発見し、解決に向けて運動の仕方を工夫しているか。 c: :各運動に積極的に取り組んでいるか。	技能観察 レポート	授業態度の観察 ノート レポート	授業態度の観察 ノート レポート

※令和４年度以降入学生用

	体育理論 （男子・女子）	オリンピックとパラリンピックの意義	a:オリンピックとパラリンピックの意義と課題について理解しているか。 b:オリンピック、パラリンピック、スポーツが経済におよぼす効果について考えているか。 c:オリンピックやパラリンピックについて考え、調べ、発表することに積極的に取り組んでいるか。	ノート レポート	授業態度の観察 ノート レポート	授業態度の観察 ノート レポート
3学期	陸上競技 （女子・男子） ダンス（女子） ゴール型（男子） 体つくり運動	陸上競技 長距離走 ダンス バスケットボール ストレッチ・補強運動	a: 各種目の動きについて理解し、必要な能力が身についているか。 b: 課題を発見し、解決に向けて運動の仕方を工夫しているか。 c: :各運動に積極的に取り組んでいるか。	技能観察 レポート	授業態度の観察 ノート レポート	授業態度の観察 ノート レポート

※　表中の観点について　a:知識・技能　b:思考・判断・表現　c:主体的に学習に取り組む態度